

寿楽荘だより



地元海澤地区神楽連の皆様によります御神楽、演目“種まき”

発行： 社会福祉法人 双葉会
 介護老人福祉施設 寿楽荘
 編集： 広報委員会

〒198-0213
 東京都西多摩郡奥多摩町海澤497番地
 TEL 0428-83-2338
 Fax 0428-83-3705
 E-mail: jyurakusou@futabakai.or.jp
 URL: http://www.futabakai.or.jp

飽食の戒(いましめ)

肥満について 健康談義その十六
 介護老人福祉施設寿楽荘

医学博士
 佐藤守雄

そこで、脂肪細胞増加型の小児肥満には、魚油や海藻、青野菜、豆などに含まれる、エトコサペンタノ酸やリノレン酸が「おすすり」となる。作用機序は省略するが、脂肪細胞の分化を抑え、かつ動脈硬化の抑制効果もあるので、小児肥満児は肉、魚の摂食の転換を計るべきである。大人の肥満はすでに細胞の分裂能力はないので、一つの細胞が肥大していく。大人の肥満は二十〜三十歳頃に始まるといわれている。人間は年を取るにつれて運動量や基礎代謝量が減少するから、必要なカロリーも少なくなっていく。それを無視して以前と同じ量を食べれば、当然肥満することになる。又、加齢と共に身体構成比も変化し、二十歳代に20%の脂肪分は、六十歳頃には約40%に増加する。

すなわち年を取ると、細胞の中の水分(組織間液)が脂肪に置き換えられていく。したがって大人の肥満は、それだけ早く年を取ったことになる。若くありたいと思つたら太らないことであり、これが筋肉や骨に過重な負担をかけないことにつながる。しかし、食べる楽しみを犠牲にしてまで追求できる生きがいや人生哲学を持てる人は数少なく、大部分の人は菓子をつまんだり、酒やジュースを飲む方が手取り早いレジャーである。しかし、この一考、肥満治療の最終目標は、単にやせることではなく、健康になることである。そのためには日常の良き生活習慣を身につけることであり、これ以上の王道はない。



最後に食についての幾つかの格言を記す。

過食と健康は同行せず。(ホルトガル)

言を慎めば禍はなく、食を節すれば病なし(日本)

餓えは最上の「ヨク」であるばかりでなく、最上の医者である

(ヘター・アンテンベルグ)

大食漢は、歯で自分の墓穴を掘る。(アンリ・マテヌ)

敬老感謝祭



平成十八年九月九日(土)に敬老感謝祭を開催いたしました。九十歳以上の方四十五名、八十八歳(采寿)の方四名、八十歳(傘寿)の方七名、七十七歳(倉寿)の方六名、七十歳(古希)の方二名をご紹介させていただきましたが、節目の年齢ではなかった方も含め皆様にお祝い申し上げます。

尚、奥多摩町内介護老人福祉施設四施設中の最高齢男性、女性として、百三歳の男性、百一歳を迎えられる女性の方には九月十八日の敬老の日、河村文夫奥多摩町長、宇佐美弘多摩町社会福祉協議会長におみえいただき、改めて長寿のお祝いをいただきましたこと、また、百歳を迎えられた女性に対しては内閣総理大臣、東京都知事からのお祝いをいただきましたことあわせてご紹介いたします。末永く健やかに過ごされますよう祈念いたしますとともに、河村町長、宇佐美社協会長(左御礼申上げます)。

今回の敬老感謝祭には慰問演芸として扇和会(写真左下)の皆様にもおこしいいただき、感謝祭に華を添えていただきましたことお礼申し上げます。また、毎年花束をお贈りくださるDTC理美容店様や、敬老感謝祭だけでなく盆踊り大会でも模擬店を行っていただきました地元商店街のダイナの会の皆様にもこの場をかりまして御礼申し上げます。

上写真
河村文夫奥多摩町長の祝辞
右写真
後列左側より
寿楽荘佐藤施設長
河村文夫奥多摩町長
宇佐美弘多摩町社会福祉協議会長

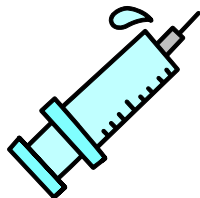


前列左側より
町内入所施設最高齢男性利用者 玄 順命 殿 103歳
100歳を迎えられた女性利用者 金 孝 殿 (御夫妻)
左写真
扇和会代表 小林富士江様



インフルエンザ予防接種

インフルエンザウィルスを心配する季節が近づいてまいりました。職員への予防接種も励行してまいりますが、利用者の皆様へもアレギーなど接種困難な理由がある場合を除き予防接種をお奨めいたします。費用は1回につき2,200円で、接種は1回行えば十分とのこと。11月中旬から12月上旬頃に接種して頂くのが時期としては理想的とのこと。お申込は、双葉会診療所若しくは看護師へお願いします。



敬老感謝祭アンケート結果

9月9日(土)に行われました敬老感謝祭の際に御家族の皆様にごアンケートをお願いいたしました結果をご報告いたします。

配布数:83件

回答数:35件(回答率 42%)

- 設問 全体の雰囲気は如何でしたでしょうか？
 良くなかった 1件 普通 11件 良かった 23件
- 設問 施設職員の対応は如何でしたでしょうか？
 良くなかった 2件 普通 8件 良かった 25件
- 設問 施設職員の言葉遣いは如何でしたでしょうか？
 良くなかった 2件 普通 9件 良かった 24件

「良かった」との回答を多く頂きましたことに驕ることなく、「良くなかった」とのご意見に関して、より一層利用者の皆様へ目配り・気配りを行うこと周知徹底していきたいと思っております。頂きましたご意見・ご要望につきましては、可能な限り対応してまいりますので、今後とも施設内に設置しております“意見箱”をご活用いただきますようお願い致します。

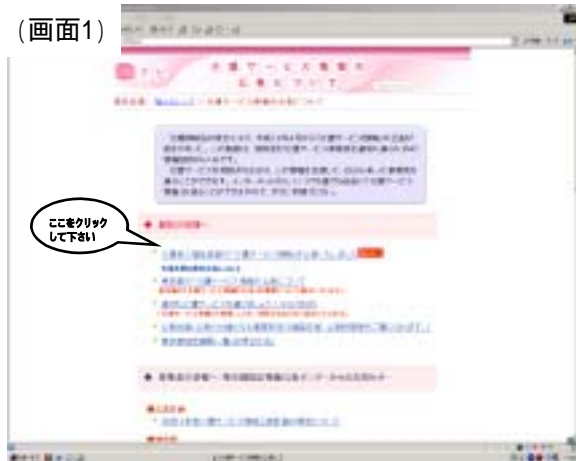
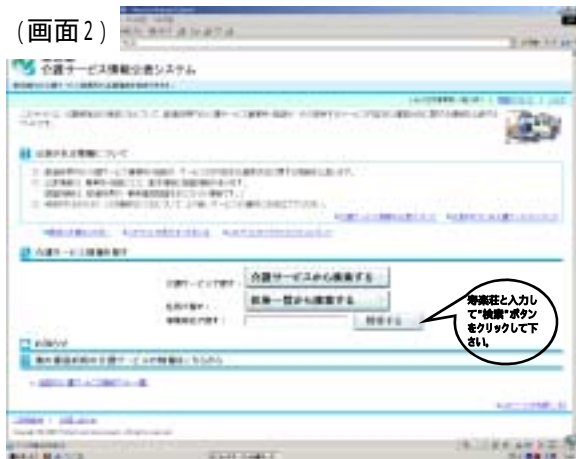
東京都介護サービス情報公表システムについて

平成18年7月10日に東京都福祉サービス第三者評価機関登録事業者 (画面1) による訪問調査が行われました。

調査結果につきましては、インターネット上で「http://www.fukunavi.or.jp/fukunavi/kohyo/」へアクセスいただきますと“画面1”が表示されます。

『介護老人福祉施設の「介護サービス情報」を公表いたしました』をクリックしますと、“画面2”が表示されますので事業所名欄に“寿楽荘”を入力し『検索』ボタンをクリックして下さい。

(画面2)



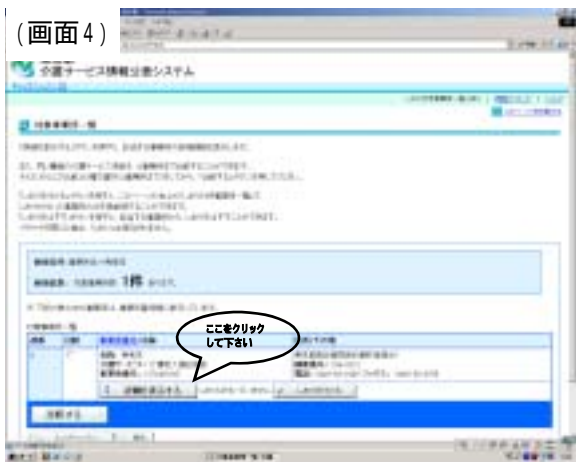
“画面3”が表示されますので『一覧を表示する』ボタンをクリックして下さい。

(画面3)



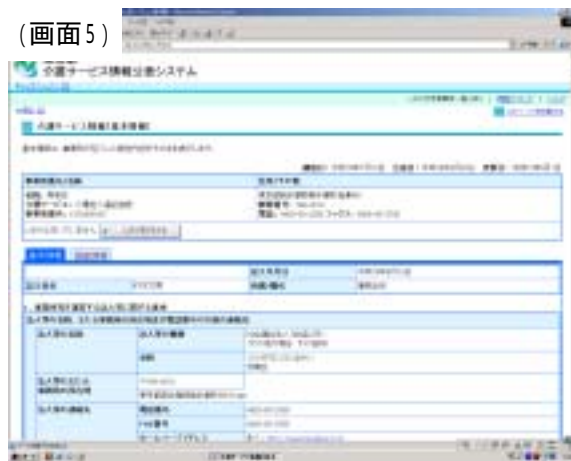
“画面4”が表示されますので『詳細を表示する』ボタンをクリックして下さい。

(画面4)



“画面5”が表示されます。こちらが寿楽荘の公表内容となっておりますので一度ご覧ください。

(画面5)



公表されております施設情報に関しまして、基準となりました日時は“平成17年12月1日現在”となっております。現在施設において提供いたしておりますサービス内容と若干の差がありますことを予めお伝えいたします。

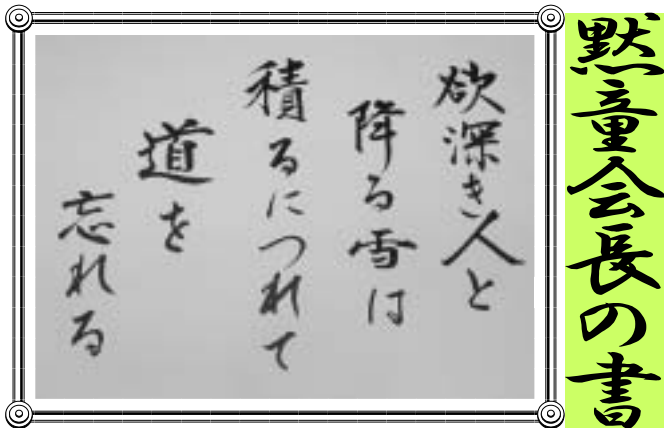
東京都内の他の介護老人福祉施設との公表内容の比較(3施設まで)もできるシステムとなっております。

自衛消防訓練効果確認



平成18年8月30日に奥多摩消防署立会いにて、自衛消防訓練審査会が行われました。夜間を想定しての、火点確認・通報・初期消火の他、今年度は特に利用者の避難誘導に重点をおいた一連の訓練内容確認が行なわれました。寿楽荘では利用者の皆様に安心して過ごしていただくために今回のような訓練の他、救急救命・心肺蘇生研修や地震対策訓練などを実施しております。

平成十八年九月二十
日に奥多摩老人クラ
ブ連合会婦人部の皆
様に敬老慰問として
お祝し品を頂きまし
た。
大変有難うございま
した。



スイカ割り

7月19日には氷川保育園児26名を招き、8月16日には施設近隣の子供達等8名を招いて賑やかに行われました。

日常生活・行事活動状況



消防訓練(救急救命・心肺蘇生法)

消防署員及び看護師の指導のもと、介護職員は人形を使った心肺蘇生法の実習を行い、さらにAED(自動体外式除細動器)の使用方法を学びました。

本広報誌に掲載しておりますお名前・写真につきましてはご本人若しくはご家族より承諾をいただいた上で掲載しております。



盆踊り

平成18年8月6日(日)に開催。およそ500名の方にお集まりいただきました。

買物バス

菓子・食料品、日用品雑貨、化粧品など。



2006夏! 体験ボランティアとして活動中の遠藤一希君。

今後の行事予定平成18年10月から平成18年12月迄(適宜変更あり)

- | | | |
|------------|------------|------------|
| 10月 | 11月 | 12月 |
| スポーツ大会 | 紅葉ハイク | 成道会 |
| マス釣り | 紅葉会喫茶 | 忘年会 |
| 湯豆腐会 | 買物バス | 買物バス |
| 買物バス | | |

編集委員紹介

広報委員長	村木 事務主任
編集委員長	清水 介護主任
編集委員	青木 栄養士
編集委員	小川 事務主任
編集委員	坂本 介護主任
編集委員	島崎 事務主任
編集委員	中村 介護主任
編集委員	牧野 看護主任
編集委員	牧野 看護主任
編集委員	三富 介護主任

(編集委員 五十音順)
上記委員により今後も寿楽荘だよりは定期的に刊行される予定です。ご協力をお願いします。